

見沼区インフォメーション

各施設とも駐車場に限りがあります。

公民館

大砂土東公民館 ☎684・9226 ㉿687・9901 片柳公民館 ☎684・3492 ㉿687・5585
七里公民館 ☎686・4721 ㉿687・5575 春岡公民館 ☎685・6911 ㉿687・9909

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
大砂土東	大砂土東公民館のつどい	11/19(土)・20(日) 9:00～16:00	大砂土東公民館利用サークルが日頃の活動の成果を発表します。	どなたでも 当日、直接、同館へ
片柳	子育てサロン「ちゃっと」	12/2(金) 10:00～12:00	子育て中の保護者がお子さんと気軽に参加できる交流の場です。	未就学児と保護者 時間内の入退室自由 当日、直接、同館へ
七里	親の学習事業 「一緒に絵本を読もう」	11/29(火) 10:00～11:30	1～3歳のお子さんに読み聞かせをしたい本を春野図書館職員から紹介してもらい、保護者同士の情報交換を行います。	1～3歳児と保護者6組(先着順) 11/8(火) 9時から、電話又は直接、同館へ
春岡	はるおか親子サロン	11/7(月)・28(月) 10:00～11:30	お子さんと保護者が一緒に遊びながら、おしゃべりや情報交換をします。ふれあい遊びや絵本の読み聞かせもあります。	未就学児と保護者10組(先着順) 時間内の入退室自由 当日、直接、同館へ

図書館

春野図書館 ☎687・8301 ㉿687・8306 大宮東図書館 ☎688・1434 ㉿687・9744
七里図書館 ☎682・3248 ㉿687・3932 片柳図書館 ☎682・1222 ㉿682・1444

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
春野	おはなし会	①11/17、12/1(木) 11:00～11:30 ②11/17、12/1(木) 15:30～16:00	①絵本の読み聞かせ・手あそびなど ②絵本の読み聞かせ・紙芝居など	①0～3歳児と保護者4組(先着順) ②3歳児～小学生と保護者8人(先着順) ※②はお子さんのみの参加も可 各開催日前週の同じ曜日9時から、電話又は直接、同館へ
大宮東		①11/24(木) 11:00～11:30 ②11/24、12/8(木) 15:30～16:00		①0～3歳児と保護者5組(先着順) ②3歳児～小学生と保護者10人(先着順) ※②はお子さんのみの参加も可 各開催日前週の同じ曜日(開催日が土曜日の場合は前週の金曜日)9時から、電話又は直接、同館へ
七里		②11/26(土) 11:00～11:30		
片柳		①11/16、12/7(水) 11:00～11:30 ②11/19(土) 11:00～11:30		

このほかの催しはさいたま市図書館のホームページでお知らせしています。https://www.lib.city.saitama.jp/

移動図書館

※雨天の場合は中止します。 ※駐車場はありません。

大宮西部図書館(北区柳引町) ☎664・4946 ㉿667・7715

ステーション名	日時	ステーション名	日時
東大宮 藁田島公園	11/10・24(木)	東新井 団地22号棟前	13:30～14:30
東大宮 築地公園		中川自治会館	14:50～15:40
砂団地内公園			

児童センター

片柳児童センター ☎・㉿687・4525 春野児童センター ☎・㉿686・6690

	事業名	日時	内容	対象・定員・申込み
片柳	保健師講話	11/17(木) 11:00～11:20	保健師による乳がんセルフチェックについてのお話	0～3歳児と保護者10組(先着順) 11/10(木) 9時から、電話または直接、同センターへ
	ハイハイサロン (栄養士講話)	11/29(火) 11:00～11:20	離乳食の進め方など食育についてのお話と座談会	0歳児と保護者6組(先着順) 11/22(火) 9時から、電話又は直接、同センターへ
春野	みんなのひろば	11/2・9・30(水) 11:00～11:30	保護者とお子さんのふれあいあそびなど	未就学児と保護者(予約制) 11/3(祝) 9時から、電話又は直接、同センターへ
	ハッピーバースデイ& 大きくなったかな	11/16(水) 11:00～11:45	お誕生会、身体測定、手形とり	

見沼区保健センター からのお知らせ

- ・対象は、区内在住の方です。・相談は電話でも行っています。
- ・各学級の参加は、お子さん1人に対し1回のみです。
- ・会場は全て区保健センターです。



◀保健センター
事業の実施状況
はこちら

申込み・問合せは
TEL **681・6100**
FAX **681・6169**
見沼区役所 1階

事業名・定員	日時	内容	対象	申込み
母子健康手帳交付 (休日) ※時間予約制 定員 6人(先着順)	11/5(土) 9:00~15:00 (12:00~13:00を除く)	母子健康手帳の交付・面談	医療機関にて妊娠判定を受けた方	前日まで 電子申請 (予約手続き) 又は電話 予約手続き用電子申請はこちら▲
はじめてのママクラス ※原則2日間参加できる方が対象です。 定員 12人(先着順)	1日目 12/15(木) 13:15~15:10 2日目 12/20(火) 13:15~14:45	座談会、助産師による妊娠・出産・育児のお話 妊娠中の栄養ポイント 妊娠中と乳幼児期のお口のケア	初めての出産で、予定日が令和5年2~5月の方	11/11(金) 9時~
両親学級 定員 各12組(先着順)	12/17(土) ① 9:00~10:50 ② 11:20~13:10	夫婦で取り組む育児の話 赤ちゃんのお風呂の入れ方、抱っこ、着替え体験(実習)	初めての出産で、予定日が令和5年2~5月の方と夫(パートナー)	11/18(金) 9時~
育児学級 ~ふれあい編~ 定員 20組(先着順)	12/23(金) 14:00~14:50	気をつけよう!~事故予防~(講義) ママとのふれあいタイム(実技) 座談会	令和4年6~9月生まれのお子さんと保護者	11/17(木) 9時~
離乳食教室 定員 各12人(先着順)	12/16(金) ① 10:00~11:00 ② 13:30~14:30	離乳食の進め方 赤ちゃんのお口のケア	令和4年7・8月生まれのお子さんの保護者	11/9(水) 9時~
市ホームページで離乳食教室の参考動画を公開しています。「さいたま市 離乳食教室 動画」で検索してください。				
むし歯予防教室 定員 各10組(先着順)	12/12(月) ① 9:45~10:30 ② 11:00~11:45	むし歯予防のポイント ブラッシング指導	令和3年7月~令和4年1月生まれのお子さんと保護者	11/7(月) 9時~
市ホームページで仕上げみがきについての動画を公開しています。「さいたま市 むし歯予防 動画」で検索してください。				
育児相談(乳児) ※時間予約制 (相談のある方のみ) 定員 12組(先着順)	11/18(金) 9:30~11:00	身長・体重測定、保健師・栄養士・歯科衛生士による発育・発達などの育児相談やその他心配ごとの相談 持ち物: 母子健康手帳 バスタオル おむつの替え	1歳未満のお子さんと保護者	11/7(月) 9時~
区保健センターでは「計測コーナー」を設置しており、お子さんの身長や体重を測定することができます。ご自由にご利用ください。				

ステキ♡BODY教室

メリハリボディを目指してボクシングエクササイズを行います。

対象・定員●区内在住で、20~64歳の方15人(先着順) ※妊婦、運動制限指示のある方を除く

日時●12月6日(火) 10時~11時30分(計測・受付9時30分~)

会場●見沼区役所 2階 大会議室

持ち物●水分補給用の飲み物、汗拭きタオル、着替え(必要な方)

服装●裸足になりやすく、運動のできる服装・靴

申込み●11月8日(火) 9時から、電話又はFAX



体組成測定会 時間予約制

体組成計で基礎代謝量・体脂肪量・筋肉量・筋肉のつき方のバランスなどがチェックできます。当日は裸足になりやすい服装で会場へお越しください。

※感染防止対策のため、事前に時間を指定してご案内します。

	日程	時間	対象	申込み
第1回	12/2(金)	9:00~11:30	18歳以上の方、各回40人	11/16(水) 9時から、電話又はFAX(先着順) ※申込みは、第1回、第2回のいずれか1回のみです。
第2回	12/5(月)		※妊婦、ペースメーカーなどの医療機器を使用している方はご利用できません。	